

14. Die Verdemütigung seiner selbst ist deswegen so schwer, weil niemand so richtig an seine Nichtigkeit erinnert werden will.

(7. Dezember)

Auch der Mensch, der nach geistlichem Wachstum strebt, hat Schwierigkeiten, sich zu verdemütigen. Das ist nicht verwunderlich, denn es tut weh. Der gesunde Mensch ist auf seine Ehre bedacht. Man sollte die Verdemütigung aber nicht negativ sehen, denn sie birgt in sich mehr Gutes als Negatives. Man muss lernen, sie gut „auszu-nützen“, dann braucht man sie nicht mehr zu bekämpfen.

Durch die Verdemütigung lernt man seine eigene Wirklichkeit ohne Schminke oder Angeberei wahrzunehmen. Oft zeigen wir unbewusst den anderen ein Bild von uns selbst, das nicht der Wirklichkeit entspricht: Wir beginnen selber zu glauben, dass wir besser sind als wir scheinen. Wer sich jedoch darin übt, die Verdemütigungen gut zu nützen, der übt sich auch darin, in der Wahrheit zu leben. Auch dann, wenn die Verdemütigung selbst eine Übertreibung oder Ungerechtigkeit enthält, kann sie doch förderlich sein, in der Wahrheit zu leben. Das ist ähnlich wie bei der Gymnastik: Die Übung selbst sieht oft wie eine Übertreibung aus. Im Laufe des Tages sind gewisse Bewegungen, die man z.B. morgens geübt hat, vielleicht nicht mehr nötig, und doch macht man z. B. Kniebeugen und Drehungen... um eine bessere Kondition und einen besseren Blutkreislauf für den ganzen Tag zu haben. Ähnlich kann man das Unangenehme und die Übertreibungen in der Verdemütigung dazu nützen, dass das geistliche Leben insgesamt besser „funktioniert“. Dazu verhilft das Schauen auf die eigene Schwäche und Begrenztheit.

Fragen zur Vertiefung:

- Habe ich Angst vor der Wahrheit über mich selbst?*
- Bin ich mir bewusst, dass es keine echte „Ehre“ ohne Wahrheit gibt?*
- Verdecke ich ängstlich meine Schwächen, obwohl sie allgemein bekannt sind?*
- Sehe ich in der Verdemütigung eine Chance zum weiteren Wachstum im geistlichen Leben?*